



Aneta Stremaska - Doktor nauk humanistycznych w zakresie socjologii (Uniwersytet Śląski w Katowicach) Kwalifikowany organizator pomocy psychologicznej, pedagog, doświadczony dyrektor zespołu pracowniczego w międzynarodowym przedsiębiorstwie produkcyjno - handlowym. Pracownik dydaktyczny wyższej uczelni. Niezależny ekspert do spraw relacji interpersonalnych i procesów HR, trener umiejętności społecznych, analityk badań socjologicznych, audytor personalny. Od 1994 roku uczestniczy w projektach rozwoju komunikacji interpersonalnej w tym – efektywnego przepływu informacji, tworzenia systemów motywacyjnych i zarządzania ludźmi głównie w sytuacjach trudnych. Od 2003 roku bierze również udział w projektach dostosowania społecznego osób wypalonych zawodowo, wspomaga ludzi w procesach aktywizacji społecznej i w okresach zmian życiowych. Specjalizuje się w tematyce związanej z komunikacją interpersonalną, przeciwdziałaniem kryzysom, radzeniem sobie ze stresem, samoorganizacją i zarządzaniem sobą w czasie. Jest trenerem akredytowanym przez Państwową Agencję Rozwoju Przedsiębiorczości i prowadzi szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, form radzenia sobie ze stresem, asertywności, autoorganizacji, automotywacji i motywacji zespołów. Przygotowuje i prowadzi badania socjologiczne, w tym badania ankietowe na kwestionariuszach własnego autorstwa i kartach ocen, badania obserwacyjne, Assessment Center i inne. Jest autorką licznych programów i materiałów szkoleniowych oraz publikacji.